9.033 Morčací rezeň obaľovaný v syre
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
morčacie prsia			7,00	7,00	8,00	8,00	9,00	9,00
olej			2,50	2,50	3,00	3,00	3,50	3,50
syr tvrdý			1,00	1,00	1,10	1,10	1,20	1,20
vajcia			20	1,00	22	1,10	24	1,20
múka hladká			1,00	1,00	1,10	1,10	1,20	1,20
cesnak			0,10	0,09	0,10	0,09	0,15	0,13
paprika červená mletá			0,02	0,02	0,05	0,05	0,06	0,06
korenie čierne mleté			0,01	0,01	0,01	0,01	0,02	0,02
soľ			0,10	0,10	0,12	0,12	0,15	0,15
hmotnosť porcie v g			75		85		100	

Receptúra

Výrobný postup

Morčacie prsia umyjeme, osušíme, nakrájame na rezne, naklepeme, osolíme, okoreníme mletým čiernym korením, potrieme očisteným prelisovaným cesnakom a obalíme v rozšľahaných vajciach a v zmesi z múky, strúhaného syra a mletej červenej papriky. Takto upravené rezne vyprážame po oboch stranách v horúcom oleji.
Prílohy: rôzne upravené zemiaky a zeleninové šaláty.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A														
B	1326	318	19,40	23,9	12,3	6,5	0,3	99,5	1,2	0,040	0,1	0,1	0,1	3,9
C	1595	383	22,18	29,4	15,3	7,4	0,3	115,1	1,4	0,045	0,1	0,2	0,1	4,4
D	1878	451	25,20	35,2	18,4	8,4	0,4	139,7	1,6	0,052	0,1	0,2	0,2	5,0